

विषय-सूची ।

१ मन और स्वभाव	पृष्ठ ५—१०
२ मन का घटनाओं पर असर	११—२७
३ स्वास्थ्य और शरीर पर मन का प्रभाव	२८—३२
४ विचार और उद्देश्य	३३—३७
५ सफलता के लिए मन कहां तक काम कर सकता है?	३८—४३
६ स्वप्न और आदर्श	४४—५०
७ शांति	५१—५४

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

१-मन और स्वभाव ।

मन के हाथ हार है, मन के जीते जीत ।

पारब्रह्म को पाइये, मन ही के परतीत ॥

उ क दांढे में कवि ने क्या अच्छा कहा है । वास्तव में मनुष्य का मन ही सब कुछ है । जैसा मन होता है वैसा ही स्वभाव होता है । जैसा मनुष्य मन में विचार करता है, जैसी भावनाएँ उसके हृदय में उत्पन्न होती हैं, वैसा ही वह स्वयं हो जाना है । अमुक मनुष्य कैसा है, उस का चरित्र कैसा है, उस का स्वभाव मृदु है या कठोर है, या

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

यह सुखी है, या दुःखी है, इन सब पातों का पता उसके मन से और उसके विचारों से लग सकता है । मनुष्य चाहे तो अपने विचारों से स्वर्ग को नरक बना दे और चाहे तो नरक को स्वर्ग बना दे, दुःखों में रहता हुआ भी सुख का अनुभव करे और सुखों का भोग करता हुआ भी दुःखी रहे । सुख दुःख मन की अवस्थाएँ हैं । ये किसी वस्तु के हाने या न हाने पर निर्भर नहीं हैं । सम्भव है कि एक राजा धन संपदा और पेश्वर्य को भोगता हुआ भी रात दिन चिन्ता रूपी चिता में जलता रहता हो और एक भिखारी जिसका भ्रू पेट भोजन भी नहीं मिलता, सन्तोषरूपी अमृत का मान करता रहता हो । यह सब मनका प्रभाव है । जैसा मनुष्य विचारता है, तद्रूप होता है विचार शक्ति बढ़ी प्रबल होती है । जैसे विचार हाने हैं वैसे ही कार्य होते हैं । कार्य विचार के अनुकूल होते हैं ।

जिस प्रकार बीज से अंकुर उत्पन्न होते हैं और फिर वे बढ़कर पेड़ का रूप धारण करते हैं उसी प्रकार मनुष्य का प्रत्येक कार्य उसके अन्तर्गत विचारों से उत्पन्न होता है । कोई काम भी बिना विचार के नहीं होता । प्रत्येक कार्य से पहले उस कार्य के करने का विचार होता है । विचार के बाद कार्य होता है । बहुत से कार्य ऐसे होते हैं कि जिनके करने का संकल्प नहीं किया जाता, वैसे ही वे हो जाते हैं, परन्तु वे भी विचारानुकूल ही होते हैं । उनके करने से पहले भी मन में कुछ न कुछ विचार उनके विषय में अवश्य उत्पन्न होते हैं । भावार्थ, दुनियाँ में कोई ऐसा काम नहीं है जो विचारानुकूल न हो ।

जिस प्रकार पेड़ में कलियाँ निकलती हैं और कलियाँ से फूटकर फूल निकलने हैं, वैसे ही विचार रूपी कलियों में

से कार्यरूपी फल निकलते हैं और सुख दुःख उनके फल होते हैं। जैसा मनुष्य बीज बोता है, उसके अनुसार फल लगता है। कदाचित् भी है 'जैसा बोओगे, वैसा काटोगे'। खट्टे आम की गुठली से खट्टा आम पैदा होना है और मीठे आम की गुठली से मीठा आम हाता है। जिस मनुष्य के विचार बुरे और गंदे होने हैं, वह सदा शोक और दुःख में ग्रसित रहता है, परन्तु जिसके विचार विशुद्ध और पवित्र हैं, वह सदा हर्ष और आनन्द में विमग्न रहता है। मनुष्य की बढचारी प्रवृत्ति के नियमानुसार होती रहती है। विचार के गुण साम्राज्य में कारण और कार्य का सम्बन्ध वैसा ही दृढ़ और स्थायी है जैसा कि बाह्य स्थूल जगत में दृष्टि गोंचर होता है। यदि कोई मनुष्य सभ्य और सुशील है सदाचारी और धर्मात्मा है तो यह न समझना चाहिए कि वह देवयोग से ऐसा है, अथवा किसी की दया या कृपा से ऐसा है, किन्तु इसका कारण यह है कि वह अपने मन में निरंतर सद्बिचारों को स्थान देने में और शुभ भावनाओं के भाने में लगे रहता है और उन्हीं का यह परिणाम है। इसके विपरीत जो मनुष्य निरंतर तुच्छ और घृणित विचारों को अपने मन में स्थान देता रहता है, वह अन्त में नीच और पशु तुल्य बन जाता है।

मनुष्य अपने भाग्य का स्वयं निर्माता है। वह चाहे तो अपने को बड़ा सकता है और चाहे तो बिगाड़ सकता है। वह चाहे तो स्वयं अपने उच्च कर्तव्यों से १६ वै स्वर्ग में पहुँच सकता है और चाहे तो हीना चार्गे से ७ नै नरक कुण्ड में गिर सकता है। अपने विचाररूपी शस्त्रागार में वह ऐसे ऐसे शस्त्र बनाता है जिनसे अपने को नष्ट कर डालता है, परन्तु यही पर

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

वह ऐसे २ यंत्र भी बना सकता है जिनसे अपने रहने के लिए हर्ष और आनन्द के विशाल भवन बना लेता है, सार्द्धचारों के ग्रहण करने और उनके अनुकूल प्रवृत्ति करने से मनुष्य पूर्ण परमानन्द परमात्म पद को प्राप्त कर सकता है: परन्तु इसके विपरीत निंद्य कुत्सित विचारों से बड़ी मनुष्य पशुओं से भी नीचे गिर जाता है, चरित्र की ये ही दो अवस्थायें हैं, इस में पहिली सब से ऊंची है और पिछली सब से नीची, इन्हीं दोनों के बीच में अन्य अवस्थायें हैं और मनुष्य ही उनका कर्त्ताधर्त्ता और निर्माता है ॥

आत्मा के सम्बंध में अब तक जितने उत्तम, उपयोगी और महत्वपूर्ण सिद्धांत मालूम हुए हैं, उन में सब से अधिक उपयोगी और आनन्दवर्द्धक सिद्धांत यह है कि मनुष्य अपने मन का राजा, अपने स्वभाव का कर्त्ता और अपनी स्थिति, अवस्था और प्रारब्ध का निर्माता है ॥

मनुष्य बल, प्रेम और बुद्धि का पुतला है और अपने विचारों का राजा है, इसीलिए उसके पास प्रत्येक स्थिति और अवस्था की कुंजी है और उसमें भिन्न भिन्न रूप धारण करने वाली एक ऐसा शक्ति विद्यमान है कि जिसके कारण वह जो चाहे बन सकता है और चाहे जिस अवस्था में अपने को बदल सकता है ।

मनुष्य प्रत्येक दशा में अपने ऊपर अधिकार रखता है, यहां तक कि अत्यन्त निर्यत्न और पतित अवस्था में भी पूर्ण रूप से वह अपना स्वामी और अधिकारी है, हां, यह अवश्य है कि इस पतित अवस्था में वह एक मूर्ख स्वामी है जो अपने कुटुम्ब का

धुरी तरह से आत्मन करता है; परन्तु वही मनुष्य जब अपनी अवस्था पर विचार करने लगता है और अपने अस्तित्व के सिद्धांत की सच्चे मन से जांच करने लगता है, तो बुद्धिमान स्वामी बन जाता है जो बुद्धिमानी से अपनी शक्तियों का उपयोग करता है और ऐसे विचार स्थिर करता है कि उनका परिणाम सर्वोत्तम और लाभदायक होता है। ऐसा मनुष्य ही विवेकी स्वामी है। इस अवस्था को मनुष्य तभी प्राप्त कर सकता है कि जब वह अपने भीतर मनावल के सिद्धांतों का अनुशीलन करे और इसके लिये निरंतर धर्म, उद्योग और विचार-अनुभव की आवश्यकता है।

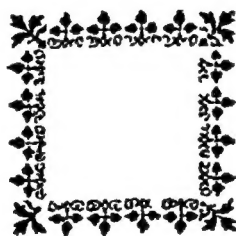
जिस प्रकार बहुत सी खानों के खांदने और खांज करने के बाद सोने और हीरों की प्राप्ति होती है, उसी प्रकार मनुष्य अपने अस्तित्व के प्रत्येक सिद्धांत को उसी समय मालूम कर सकता है जब कि वह अपनी आत्मा की खानि का बहुत गहरा खोडे : अर्थात् बहुत कुछ विचार और अनुशीलन करे। यदि मनुष्य अपने विचारों को अपने वश में रखे, उनमें आवश्यकता कुशल परिवर्तन करना रहे और इस बात का पता लगाये कि उनमें स्वयं उस पर, दूसरों पर तथा उसके जीवन और जीवन की घटनाओं पर क्या असर होते हैं, तथा अत्यंत शान्ति और धैर्य के साथ खांज कर के कारण और कार्य के सम्बन्ध का मालूम करे और अपनी प्रति दिन की साधारण से साधारण घटनाओं के अनुभव से भी उस आत्म-ज्ञान की प्राप्ति में लाभ उठावे जिसका नाम यल, विवेक और बुद्धि है, तो उस समय यह बात स्पष्ट रूप से भिन्न हो सकती है कि स्वयं मनुष्य ही

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

अपने चरित्र का कर्त्ता, अपने जीवन का विधाता और अपने भाग्य का निर्माता है ॥ इसीलिए यह सिद्धांत त्रिकुल सच्चा है:-

‘ जिन खोजा तिन पाइयां ’

जो खोजेगा सो पावेगा, जो खटखटायेगा उसके लिए द्वार खुलेगा. कारण कि निरन्तर के उद्योग, सन्तोष और अभ्यास से ही मनुष्य सरस्वती-मन्दिर में प्रवेश पा सकता है ॥



२-मन का घटनाओं पर असर ।



म

नुष्य का मन एक बाग के सदृश है जिस में वह चाहे तो अपनी बुद्धि से अच्छे अच्छे फल फूल लगा दे और चाहे तो योंही पड़ा रहने दे, परन्तु चाहे उसमें कुछ बोवे और चाहे नबोवे, पैदा कुछ न कुछ ज़रूर होगा - यदि अच्छे बीज उसमें नहीं डाले जायेंगे, तो बहुत से निकम्मे बीज अपने आप उसमें गिर जायेंगे और जंगली घास पैदा कर देंगे ॥

जिस प्रकार बाग़का माली अपनी ज़मीन को बोता है और उसमें से जंगली घासको उखाड़ कर अपनी इच्छा और आवश्यकतानुसार उसमें फल फूल उगाता है, उसी प्रकार मनुष्य अपने मन रूपा बाग़ में से बुरे, निकम्मे और गन्दे विचारों को निकाल कर फेंक सकता है और उनके स्थान में अच्छे, सुथरे और पवित्र विचारों के फल फूल लगाकर उनको बढ़ा सकता है। पेंसा करने से उसे कभी न कभी देर सवेर उस बात का ज्ञान हो जायगा कि वह अपनी आत्मा का मुख्य अधिपति

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

और अपने जीवन का शासक और पथ प्रदर्शक है । मनोबल के सिद्धांत उसको स्वतः ज्ञात हो जायेंगे और वह इस बात को बड़ी सूक्ष्मता से समझ ले लगेगा कि किस प्रकार मानसिक शक्तियाँ और मानसिक तत्व उसके चरित्र, स्वभाव, स्थिति और प्रारब्ध के बनाने और रूप देने में कार्य करने रहते हैं । दूसरे शब्दों में मनुष्य का भाग्य और स्वभाव सब कुछ उसके अन्तरङ्ग विचारों के परिणाम है, अर्थात् जैसे मनुष्य के मन में विचार होते हैं, उन्हीं के अनुसार उसका स्वभाव बन जाता है और उन्हीं के अनुसार उसका प्रारब्ध है ।

मन और स्वभाव वास्तव में एक ही हैं । जिस प्रकार मनुष्य का स्वभाव केवल घटनाओं और निवृत्तवर्ती वस्तुओं के द्वारा प्रकट होता है, उसी प्रकार मनुष्य के जीवन की बाह्य अवस्थाएँ सदा उसकी अन्तरङ्ग अवस्थाओं से सम्बन्ध रखती हुई मालूम होंगी । इसका यह अभिप्राय नहीं है कि किसी नियत समय पर उसकी स्थिति या अवस्था उसके सर्वाङ्ग चरित्र वा स्वभाव को सूचित करती है, परन्तु इसका यह अभिप्राय है कि वे अवस्थाएँ उसके किसी अन्तरङ्ग प्रबल विचार से इतना गहरा सम्बन्ध रखती हैं कि उस नियत समय के लिये तो वे अवश्य ही उसके अन्तरंग स्वभाव या विचारों की सूचक हैं ।

प्रत्येक मनुष्य जहाँ कहीं भी है, अर्थात् जिस दशा या अवस्था में भी है अपने अस्तित्व के सिद्धान्त के अनुसार है । वे विचार जिन्हें उसने अपने स्वभाव वा चरित्र के रूप में डाल लिया है, उसे वहाँ ले गये हैं । उसके जीवन में कोई बात भी दबी नहीं है । सब कुछ उस नियम और सिद्धांत के अनुसार

हैं जो कभी गलत नहीं हो सकता। यह सिद्धांत सर्व प्रकार के मनुष्यों पर लागू होता है। उन लोगों पर भी जो अपने आप को अपनी निकटस्थ घटनाओं और जीवन की अवस्थाओं में प्रथम समझते हैं और उन लोगों पर भी जो उन पर सन्तुष्ट हैं।

मनुष्य उन्नतिशील है, इस लिये वह जिस अवस्था में भी है उन्नति करता रहता है और जब वह जीवन की किसी अवस्था से भी आध्यात्मिक पाठ सीख लेता है, तो उसकी वह अवस्था जानी रहनी है और उसके स्थान में नवीन अवस्था प्रगट हो जाती है।

मनुष्य उसी समय तक दशाओं (अवस्थाओं) की मार खाता रहता है, जब तक कि उसे इस बात का विश्वास रहता है कि मैं जीवन की बाह्य अवस्थाओं के आधीन हूँ, अर्थात् वे जहाँ चाहे मुझे हवा के झोंकों की तरह उड़ाकर ले आये परंतु जब वह इन बात का अनुभव करने लगता है कि मुझ में स्वयं शक्ति है, मैं किसी के आधीन नहीं हूँ और मैं अपने अस्तित्व की गुप्त शक्ति और बीजा पर अर्थात् विचारों पर जिन में से बाह्य अवस्थाओं का प्रादुर्भाव हुआ है, शासन कर सकता हूँ, तब वह अपने ऊपर पूर्ण अधिकार पा लेता है और अपना सच्चा स्वामी बन जाता है। जिस मनुष्य ने कुछ काल तक भी इन्द्रियसुख, इन्द्रियदमन और आत्मविशुद्धि का अभ्यास किया है वह इस बातको अवश्य जानता होगा कि बाह्य अवस्थाएँ विचारों में उत्पन्न होती हैं, कारण कि उसने इस बात को भी देखा होगा कि जितना हेरफेर उसके विचारों में हुआ है उतना ही हेरफेर उसकी बाह्य अवस्था में भी हो गया होगा। अतएव यह बात सच है कि जब मनुष्य अपने दिल से अपने अवयवों को

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

दूर करने का प्रयत्न करता है और शीघ्र प्रत्यक्ष उन्नति करता है, तो उस समय से उसे अनेक परिवर्तनों में से होकर गुजरना पड़ता है, अर्थात् थोड़े से समय में उसके जीवन में अनेक परिवर्तन होते हैं ।

आत्मा उस वस्तु को अपनी ओर आकर्षित करती है जिस का विचार उस में गुप्तरूप से विद्यमान रहता है, अथवा जिससे वह प्रेम करती है, अथवा जिस से वह भय खाती है । यही कारण है कि भयादी पुरुषोत्तम कृष्ण ने मृत्यु से भय न खाने का शिक्षा दी है । मृत्यु को आकर्षित करने वाला भी स्वयं मनुष्य है, कारण कि वह मृत्यु से भयभीत रहता है आत्मा में संपूर्ण शक्ति है । आत्मा ही उन्नति करके अपनी उच्चआकांक्षाओं को प्राप्त कर लेती है और आत्मा ही पतित होकर वासनाओं के नरक कुंड में गिर पड़ती है । दशाये वा अवस्थाये वे कारण हैं जिन से आत्मा निज अवस्था को प्राप्त कर लेती है, अर्थात् अपने अभीष्ट स्थान पर पहुंच जाती है ।

विचार का प्रत्येक बीज जो मन में बोया जाता है या जिसे मनमें गिरने और जड़ पकड़ने दिया जाता है, वह देर या सवेर कार्य के रूप में अपने जैसे फल पैदा करता है । अर्थात् एक विचार से दूसरा नवीन विचार उत्पन्न होता है और वह विचार धीरे धीरे बढ़ता हुआ कार्य का रूप धारण कर लेता है । फिर समय और अवस्था के अनुकूल उसके फल लगते हैं अच्छे विचारों के अच्छे फल और बुरे विचारों के बुरे फल लगते हैं । दूसरे शब्दों में अच्छे विचारों का अच्छा फल होगा और बुरे विचारों का बुरा ।

घटनाओं का बाह्य जगत विचारों के अन्तरङ्ग जगत के अनुकूल रूप धारण करता है और अच्छी बुरी दोनों प्रकार की बाह्य अवस्थायें प्राणी मात्र के हित और लाभ के लिये प्रतिनिधि स्वरूप काम करती हैं। मनुष्य अपने कार्य का आप फल मांगता है, इस लिये वह सुख दुःख दोनों से शिक्षा ग्रहण करता है ।

मनुष्य अपने अन्तरङ्ग विचारों इच्छाओं और आकांक्षाओं के अनुसार चलता हुआ, चाहे उसके विचार अच्छे हों चाहे बुरे, चाहे वह ऊँचे मार्ग पर चलता हो चाहे नीचे मार्ग पर अन्त में अपने जीवन की बाह्य अवस्थाओं में पहुँच कर अपनी करनी का फल भोगता है। उन्नति और सुधार के नियम सर्वत्र मौजूद है ।

कोई मनुष्य शराब की भट्टी पर अथवा जेलखाने में दंड या दुर्भाग्य से नहीं जाता, किन्तु नीच और कुत्सित विचारों और वासनाओं की पगडंडी से जाता है। कोई विशुद्ध हृदय मनुष्य अकस्मात् किसी बाह्य शक्ति से किसी दण्ड या पाप में नहीं फँसता, किन्तु पाप का विचार उसके मन में गुप्त रूप में बहुत दिनों तक पकता रहता है और अवसर मिलते ही उसकी एकत्रित शक्ति प्रगट हो जाती है ।

बाह्य दशा से मनुष्य बनता नहीं है, किन्तु उस से उसकी अन्तरंग दशा प्रगट हो जाती है। जब तक मनुष्य की रुचि स्वतः बुराई की ओर न हो, दुनियाँ में ऐसे कारण नहीं हैं कि जिन से वह बुराई में पड़कर दुःख उठाये। इसी प्रकार जब तक मनुष्य की रुचि निरंतर नेकी और भलाई की ओर न हो,

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

तब तक कोई बाह्य कारण ऐसा नहीं है कि जो उसे भलाई के ऊँचे दर्जे पर पहुँचा सके और सच्चा सुख पहुँचा सके। अतएव यह बात सिद्ध है कि मनुष्य जो अपने विचारों का आप ही मालिक है, आप ही अपने आपको बनाने वाला है। वह आप ही अपने कर्मों का कर्त्ता और अपने भाग्य का निर्माता है, यहाँ तक कि पैदा होने के समय भी आत्मा आप ही पैदा होती है और अपनी सांसारिक यात्रा के एक एक पग पर उन अवस्थाओं को अपनी ओर खींचती है जो स्वयं उसे प्रगट करती है और जो उसकी विशुद्धि, अशुद्धि और प्रबलता और निर्बलता की प्रति विम्ब है।

मनुष्य उस वस्तु को अपनी ओर नहीं खींचते, जिसे वे चाहते हैं, किन्तु उस वस्तु को जो वे स्वयं हैं। उनकी लालसायें मिथ्या भावनायें और मानसिक कल्पनायें पग पग पर नष्ट हो जाती हैं, परन्तु उनके अन्तरंग विचार और इच्छायें उनके ही अन्तरंग आहार से, चाहे वह अच्छा हो चाहे बुरा, बढ़ती गहनी हैं। वह ब्रह्मज्ञान जो हमारे भाग्य को बनाता है, हमारे भीतर ही मौजूद है। वह हमारा आपा ही है अर्थात् हम ही हैं। आदमी ने अपने हाथों में आपही हथकड़ियाँ डाल रखी है। विचार और कार्य भाग्य के जेलखाने के दारोगा हैं। कुत्सित विचार और नीचे कर्मों के कारण मनुष्य जेलखाने में पड़ जाता है और यही विचार और कार्य स्वार्थीनता के स्वर्गदूत हैं ॥ शुद्ध विचारों और उच्च कर्मों के कारण मनुष्य स्वार्थीनता लाभ करता है। मनुष्य को वह वस्तु नहीं मिलती जिसकी वह इच्छा करता है अथवा जिसके लिये वह प्रार्थना करता है, किन्तु वह वस्तु मिलती है जिसे वह मिहनत और सच्चाई से प्राप्त

करना है। उसकी इच्छा और प्रार्थनाएँ उस समय पूर्ण हों जाती हैं। जिस समय वे उसके विचारों और कार्यों के अनुकूल होते हैं। अतएव इस सिद्धान्त के अनुसार अवस्थाओं और घटनाओं के विरुद्ध युद्ध करने के क्या अर्थ हैं? इसके यह अर्थ हैं, कि मनुष्य ब्रह्म में निरंतर एक कार्य की प्रतिकूलता कर रहा है परन्तु उसके कारण का अपने हृदय में स्थान दे रहा है और उसकी रक्षा कर रहा है। वह कारण चाहे तो क्षात पाप के रूप में हो, चाहे अक्षात निर्बलता के रूप में, चाहे किसी रूप में हो, पर उसके कारण उसका स्वामी अपनी भलाई के लिए उद्योग करने में रुक जाता है और उसके प्रतिकार के लिए ज़ार से चिढ़ाना है।

मनुष्य अपनी अवस्था के सुधारने के लिए तो निता करना है, किन्तु अपना सुधार नहीं करना चाहता। यही कारण है कि वह उन्नति नहीं कर सकता और जहाँ का तहाँ रह जाता है। जो मनुष्य स्वार्थत्याग, इन्द्रियग्राज्य से नहीं डरता वह अवश्य अपनी अभिलाषा का पूर्ण कर लेगा, अर्थात् उसका इन्द्रित पदार्थ उसे अवश्य मिल जायगा। यह ज्ञान लौकिक और पारलौकिक दोनों प्रकार के पदार्थों के प्राप्त करने के लिए सखी है। जिस मनुष्य का उद्देश्य केवल धन प्राप्ति का है, उसे भी धन प्राप्ति से पहले स्वार्थ की अनेक आहुतियाँ देने और कष्ट उठाने के लिए तैयार रहना चाहिए। फिर जो मनुष्य उच्च और उत्तम जीवन व्यतीत करना चाहता है उसे तो और भी अधिक स्वार्थ त्याग और इन्द्रियनिग्रह की आवश्यकता है।

उदाहरण के लिए एक आदमी है अत्यंत निर्धन है। उसे निरंतर इस बात की चिन्ता रहती है कि किसी प्रकार मेरी

जैसे चाहो वैसे वन जाओ ।

बाह्य अवस्था सुधर जाय और मेरे गृह-सुख के साधन बढ़ जायें, परन्तु वह सदा अपने काम से जी चुराना रहता है और यह सोचता है कि मुझे काफी वेतन या मज़दूरी नहीं मिलती, इसलिए यदि मैं अपने मालिक को शोका देता हूं तो कोई बेजा नहीं करता । ऐसा मनुष्य उन सगल और प्रारम्भिक नियमों को भी नहीं समझता, जो सच्ची उन्नति के मूल कारण हैं । वह केवल अपनी हीनावस्था में निकलने के ही सर्वथा अयोग्य नहीं है, किंतु वास्तव में वह अपने लिए पहले से भी अधिक हीनावस्था पैदा कर रहा है, कारण कि उसके मन में आलस, भीड़ता और मायाचार के विचार भरे हुए हैं और उन्हीं के अनुसार उसकी प्रवृत्ति है ।

एक दूसरा उदाहरण लीजिये । एक धनवान है । वह खाने पीने का अधिक लम्पटी है । उसी के कारण वह एक कष्ट-दायक रोग में निरन्तर ग्रसित रहता है । यद्यपि रोग में निवृत्ति पाने के लिए वह हजारों रुपया खर्च करने को तैयार है, परन्तु अपनी इन्द्रियों को वश में नहीं कर सकता । अधिक खाने पीने की इच्छा को त्याग नहीं सकता । वह चाहता है कि मैं स्वादिष्ट और अप्राकृतिक पदार्थ भी खाऊँ और मेरा स्वास्थ्य भी अच्छा बना रहे । यह कैसे सम्भव है ! ऐसे मनुष्य का कभी स्वास्थ्य अच्छा नहीं रह सकता, कारण कि वह अभी तक स्वास्थ्य के प्रारम्भिक नियमों से भी अपरिचित है ।

एक और उदाहरण लीजिये । एक आदमी एक कारखाने का मालिक है । वह सदा ऐसा उपाय काम में लाया करता है जिनसे उसे अपने नौकरों की नियत वेतन न देना पड़े और

अधिक लाभ की आशा से उनका वेतन घटा देता है। ऐसा आदमी कभी सफलता लाभ नहीं कर सकता और जब वह देखता है कि न मेरी आवश्यक रही है और न मेरे पास धन है तो वह समय और भाग्य का दोष दिया करता है, परन्तु यह नहीं समझता कि जो कुछ मेरी हालत है, उसका कर्ता धर्ता मैं स्वयं आप ही हूँ। मैं आप ही अपनी करनी से इस हालत को पहुँचा हूँ।

मैंने यहां पर यह तीन उदाहरण केवल इस मिथ्याता की सत्यता को प्रगट करने के लिये दिये हैं कि धान्य में मनुष्य अग्नो मृदिनि और अवस्था का आप ही पैदा करने वाला है, यद्यपि यह बात उसे प्रायः ज्ञात नहीं होती। और जब मनुष्य का उद्देश्य तो किसी अच्छे काम का हो, परन्तु उसके विचार और उद्देश्यों उसके प्रतिकूल हों तो वह स्वयंसेव अपने उद्देश्य की पूर्ति में निरन्तर विघ्न डालता है। हम ऐसे ऐसे अनेक उदाहरण दे सकते हैं, परन्तु उनकी कोई आवश्यकता नहीं, कारण कि पाठकगण, यदि चाहें तो अपने ही मन और जीवन में मनसिक मिथ्याता का पता लगा सकते हैं और जब तक ऐसा नहीं किया जायगा तब तक केवल बाह्य चार्त, सुक्तियाँ और प्रमाणों का काम नहीं दे सकती।

अवस्थाएँ इतनी पे चाँदा हैं, विचार की जड़ इतनी गहरी है और सुख की दशाएँ भिन्न भिन्न मनुष्यों में एक दूसरे से इतनी भिन्न भिन्न हैं कि कोई मनुष्य किसी की केवल बाह्य अवस्था का देख कर उसकी अंतरङ्ग आत्मिक अवस्था का अनुमान नहीं कर सकता, चाहे वह स्वयंसेव अपनी अन्तरङ्ग अवस्था को जानता है। सम्भव है कि एक मनुष्य कुछ बातों

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

में ईमानदारी का व्यवहार करना हो, फिर भी तंगी से रहता हो और एक दूसरा मनुष्य बेईमानीकर्मता हुआ भी धन प्राप्त करता हो। इससे प्रायः लोग यही अनुमान कर लेते हैं कि पहला मनुष्य अपनी ईमानदारी के कारण गरीब और तंग हाल रहता है और दूसरा मनुष्य बेईमानी के कारण फलता फलता है, परन्तु ऐसा अनुमान बिना विचारे कर लिया जाता है। विचार करने से मालूम होगा कि न तो यह नतीजा निकाला जा सकता है कि बेईमान आदमी सर्वथा बुरा होता है और ईमानदार आदमी सर्वथा अच्छा होता है और न यही नतीजा निकाला जा सकता है कि बेईमानी से आदमी माला माल होता है और ईमानदारी से दुःख उठाता है। असल बात यह है कि ऐसे नतीजे निकालना ठीक नहीं हैं। सम्भव है कि बेईमान आदमी में भी कुछ ऐसे सद्गुण हों कि जो ईमानदार में न हों और ईमानदार में भी कुछ ऐसे दुर्गुण हों कि जो बेईमान में न हों। ईमानदार आदमी अपने शुभ कर्मों और सद्विचारों का फल भोगता है, परन्तु साथ में अपने दुराचारों और कुविचारों के कारण दुःख भी उठाता है। इसी प्रकार बेईमान आदमी भी अपने शुभाशुभ कर्मों का फल भोगता है। भावार्थ, प्रत्येक मनुष्य अपने सुख दुःख का आप कर्त्ता और धर्त्ता है ॥ जो जैसा करता है, वैसा फल भोगता है।

मान वश प्रायः लोगों का ऐसा विश्वास है कि हमको अपनी नेकी और भलाई के कारण दुःख उठाना पड़ता है, परन्तु जब तक मनुष्य सर्व प्रकार के नीच, घृणित और अपवित्र विचारों को अपने मन से बिल्कुल निकाल न दे और अपनी

आत्मा पर से पारों का मैज ओ न डालते, तब तक क्या किसी मनुष्य को इस बात के जानने और कहने का अधिकार हो सकता है कि मैं जो कुछ दुःख उठा रहा हूँ वह अपने सुविचारों और सुकार्यों के कारण उठा रहा हूँ ? कदापि नहीं । पूर्ण ज्ञान और परम पद को प्राप्त करने से बहुत पहले ही मनुष्य को यह भालम हो जाता है कि मेरे मन और जीवन में वह महान् नियम काम कर रहा है जो सर्वथा सत्य और न्याययुक्त है और इसी लिये उस के अनुसार बुगई के बदले भलाई और भलाई के बदले बुगई कभी नहीं मिल सकती । इतना ज्ञान होने पर जब वह अपनी पहिली अज्ञानता और अन्धावस्था पर दृष्टि डालेगा, तो उसे ज्ञान हो जायगा कि उस का जीवन पहले भी नियमबद्ध था और अब भी नियमबद्ध है और यह भी ज्ञात हो जायगा कि उस के पूर्व के अनुभव चाहे वे भले थे, चाहे बुरे, उ मन्के हो विचारों और कार्यों के परिणाम थे ।

अच्छे विचारों और अच्छे कार्यों का कभी बुरा नतीजा नहीं हो सकता और बुरे विचारों और बुरे कार्यों का कभी अच्छा नतीजा नहीं हो सकता । अच्छे कामों का अच्छा नतीजा और बुरे कामों का बुरा नतीजा होता है । यही प्रकृति का नियम है । अनाज से अनाज पैदा होता है और फाँटे से फाँटा । जैसा बोझा वैसा काटो । आम से आम और बबूल से बबूल । इस नियम का लोग स्थूल जगत में तो खूब समझते हैं और इसके अनुसार प्रवृत्ति भी करते हैं, परन्तु शोक! बहुत कम लोग ऐसे हैं जो मानसिक और नैतिक जगत में इस नियम को, यद्यपि यह वैसा ही सीधा सादा है, स्वीकार करते हैं और यही कारण है कि उनकी प्रवृत्ति इस की ओर नहीं होती

जैसे चाही वैसे बन जाओ।

दुःख सदा किसी न किसी बात में ठीक विचार न करने के कारण होता है। दुःख इस बात का सूचक है कि वह मनुष्य जो दुःख में ग्रसित है अपने से और अपने अस्तित्व के सिद्धांत में दूर भड़ा हुआ है। दुःख का सबसे बड़ा और वास्तविक लाभ यह है कि वह मनुष्य को पवित्र और विशुद्ध बना देता है और जितने धुरे और गन्दे विचार उसमें भरे होते हैं उन सबका जला कर राख कर देता है। दुःख मनुष्यों के लिये वही काम करता है जो आग साने में शुद्ध करने के लिये करती है। जो मनुष्य विशुद्ध है उसे क्या दुःख हो सकता है ? जिस प्रकार सोने को तपाने में उस में से खोट और मल निकल जाता है, फिर उसे आग में तपाने की कोई इम्पत्त नहीं रहती, वैसे ही जो मनुष्य पवित्र, विशुद्ध, निर्दोष और निष्पाप है उसे दुःख हाँ ही नहीं सकता।

मनुष्य तभी दुःख में ग्रसित होता है कि जब उसके आंतरिक विचारों और बाह्य अवस्थाओं में मेल नहीं होता और सुख का तभी भाग करना है जब उसके आंतरिक विचारों और बाह्य अवस्थाओं में मेल होता है। सद्बिचार का अनुमान आनन्द वा परम सुख है, न कि धन दौलत और कुबिचार का अनुमान परम दुःख है न कि धनाभाव। अर्थात् किसी के पास धन सम्पदा के होने या न होने के कारण उसके विचारों का अनुमान नहीं करना चाहिये, किंतु यह समझना चाहिये कि जिसे आनन्द प्राप्त है, चाहे उसके पास धन सम्पदा हो या न हो, उस के विचार अच्छे हैं और जो मनुष्य आनन्द से दूरी है और अशांत है, उस के पास धन सम्पदा के होते हुए भी यह अनुमान किया जा सकता है कि उस के विचार अच्छे नहीं हैं। सम्भव है कि एक मनुष्य नीच और घृणिता हो और धनवान् हो और दूसरा

मनुष्य सुखी और आनन्दित हो और निश्चल हो । धन और आनन्द दोनों उसी समय एकत्र होते हैं कि जब धन का सावधानी और बुद्धिमानी से व्यवस्था किया जाय और निश्चल मनुष्य उसी समय दुःख और आपत्ति में गिरता है कि जब वह समझता है कि मेरे भाग्य ने अन्यायपूर्वक मुझे इस आपत्ति में डकेल दिया है ।

निश्चलता और इन्द्रिय पापण ये दो दुर्भाग्यकी सीमायें हैं । ये दोनों बातें अप्राकृतिक हैं और इनका कारण मन की वृत्तियों का है । जो मनुष्य सुखी, स्वस्थ और भाग्यवान् नहीं है, वह अपनी आस्तविक दशा में नहीं है सुख, स्वास्थ्य और सौभाग्य इस बात के चिह्न हैं कि अंतरंग और बाह्य अवस्थाएँ एकसी हैं और मनुष्य अपनी बाह्य अवस्थाओं घटनाओं से मेल और सहानुभूति रखता है ।

मनुष्य उसी समय से मनुष्य बनने लगता है जब से वह रोना, भींकना और शिकायत करना छोड़ देता है और उस गुप्त न्याय की तलाश करने लगता है । जिससे उसका जीवन सन्मार्ग पर लगता है और जब वह अपने मनको उसके अनुसार बना लेता है, तब दूसरे पर यह दोष लगाना छोड़ देता है कि वे लांग उसकी वर्तमान दशा के कारण हुए । उस समय वह अपने मन में उच्च और दृढ़ विचारों का स्थान देता है और बाह्य अवस्थाओं और घटनाओं को दोष देने के स्थान में उनका अपनी उन्नति के कारण और अपनी गुप्त शक्तियों के प्रगट करने के साधन समझता है ।

यह संसार एक अद्वय नियम पर निर्धारित है । इसकी कोई

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

जन्तु भी अनियमित रूप से नहीं है । जीवन का मूल न्याय है न कि अन्याय; और संसार के आत्मिक राज्य को स्पष्ट देने वाली और चलाने वाली शक्ति साधुता और सच्चरित्रता है, न कि कुशील और दुश्चरित्रता । जब यह यात है, तब मनुष्य को उचित है कि वह अपना सुधार करे और साधुता और सच्चरित्रता धारण करे । उस समय उसे इस बात का ज्ञान हो जायगा कि सम्पूर्ण जगत सत्य पर स्थिर है और साथ में यह भी ज्ञात हो जायगा कि जैसे-जैसे वह दूसरे लोगों और पदार्थों के विषय में अपने विचारों को बदलता जाता है, वैसे-वैसे वे लोग और पदार्थ भी उसके लिये बदलते जाते हैं ।

इस बात की सच्चाई का समस्त प्रत्येक व्यक्ति में मौजूद है और इस लिये प्रत्येक व्यक्ति अपनी अन्तर्गत अवस्था के नियम पूर्वक निरीक्षण करने और अपने विचारों को देख-रेख करने से इस बात को आसानी से जान सकता है । एक मनुष्य को अपने विचार बिल्कुल बदल लेने हों, फिर देखो विचारों के बदलने से उसकी बाह्य अवस्थायें कितनी बदल जाती हैं । लोग समझते हैं कि विचार को गुप्त रखा जा सकता है, परंतु ऐसा नहीं हो सकता, कारण कि विचार शीघ्र ही स्वभाव बन जाता है और स्वभाव बाह्य अवस्था में प्रगट होता है । नीच और वृणित विचारों से मद्यपान और दुराचार की ओर मनुष्य की प्रवृत्ति हो जाती है और यह प्रवृत्ति रोग और निर्धनता का कारण होती है । अर्थात् नीच विचारों से शराबखोरी की आदत पड़ती है और शराबखोरी से गरीबी और बीमारी आती है । सर्व प्रकार के गंदे विचारों से चिंता और दुर्बलता पैदा होती है और चिंता और दुर्बलता से निर्धनता आती है ।

मन का घटनाओं पर असर ।

भय, सन्देह और चंचलता के विचारों से निर्वलता नष्टकता और चंचलता की आदतें पैदा होती हैं और उनसे बाह्य अवस्था में असफलता, निर्धनता और परार्थीनता देखने में आती है। आलस के विचार से बेईमानी और गंदेपन की आदतें पड़ती हैं और उनसे गरीबी और तंगदस्ती का सामना करना पड़ता है। द्वेष निन्दा के विचारों को दोष लगाने और उनको दुःख पहुँचाने की आदत पड़ती है और उससे हानि, कष्ट और दुःख उठाना पड़ता है। स्वार्थपरता के विचारों से स्वार्थ की आदत पड़ती है जिससे कुछ न कुछ दुःख अवश्य उठाना पड़ता है। उसके विपरीत सर्व प्रकार के उत्तम विचारों से मन में दया और प्रेम का अंकुर उत्पन्न होता है और उससे बाह्य में प्रसन्नता रहती है। पवित्र विचारों से शील, संयम और इन्द्रिय दमन का अभ्यास होता है और उससे सुख और शांति मिलती है। साहस, वीरता, आत्मविश्वास और न्यायपरायणता के विचारों से मनुष्य में पुरुषत्व गुण उत्पन्न होता है और उससे सफलता, स्वतन्त्रता और ऐश्वर्य प्राप्त होता है। उत्साहवर्धक विचारों से श्रम और स्वच्छता का अभ्यास होता है और उनसे सुन्दर और मनोरम अवस्थायें उत्पन्न होती हैं। क्षमा और सुशीलता के विचारों से सम्यक्ता और नम्रता की आदत पड़ती है और उनसे आत्मरक्षा होती है। और प्रेम और निःस्वार्थता के विचारों से परोपकार और आत्मोत्सर्ग की आदत पड़ती है और उससे निश्चित और स्थायी रूप में सफलता और ऐश्वर्य की प्राप्ति होती है।

जब मनुष्य निरंतर एक प्रकार के विचारों को अपने मन में स्थान देगा, चाहे वे विचार अच्छे ही चाहे बुरे, यह कदापि

कैसे बाह्य कैसे बन जाओ ।

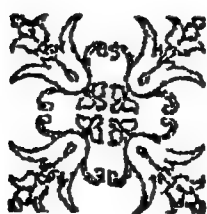
नहीं हो सकता कि उनका प्रभाव उसके स्वभाव धर्म और बाह्य अवस्था पर न पड़े । मनुष्य अपनी बाह्य अवस्थाओं को प्रकृत्य अपनी इच्छा से नहीं चुन सकता, परन्तु हां अपने विचारों को अपनी इच्छा से चुन सकता है और विचारों से स्वभाव बनता है और स्वभाव से तद्वत् अवस्थाएँ उत्पन्न होती हैं इस अपेक्षा से यह कहा जाता है कि मनुष्य अपनी अवस्था को आप उत्पन्न कर लेता है ।

जिस प्रकार के विचारों को कोई मनुष्य सबसे अधिक बढ़ाना चाहता है, उनकी प्रवृत्ति में लाने के लिये प्रकृति उसकी सहायता करती है और ऐसे अवसर उपस्थित करती है कि जिससे उसके अच्छे और बुरे दोनों प्रकार के विचार शीघ्र ही प्रत्यक्ष में प्रगट हो जायेंगे ।

उदाहरण के लिये यदि कोई मनुष्य अपने पापमय विचारों को त्याग दे, तो सारी दुनिया उसके आगे नम्र हो जायगी और उसकी सहायता करने के लिये तैयार रहेंगी । यदि कोई मनुष्य निराशा और निर्वलता के विचारों को त्याग दे तो उसके चहुँ ओर से उसके सबल विचारों को दृढ़ करने के अवसर मिलेंगे । यदि कोई मनुष्य अच्छे विचारों को उन्नतिदे, तो वह कदापि दुःख और विपत्ति में नहीं रह सकता और दुर्भाग्य उसका कुछ भी अपकार नहीं कर सकता । एक खिलौना होता है जिस में नाना प्रकार के रंग और रूप दिखलाई देते हैं । दुनिया भी उस खिलौने के सदृश है । इसमें हर समय मनुष्य को अपने विचारों के परिवर्तन से भांति २ के रूप दिखलाई देते हैं । अर्थात् जैसे २ मनुष्य के विचार बदलते जाते हैं वैसे वैसे ही उसकी बाह्य अवस्था के रूप भी बदलते जाते हैं ।

मन का घटनाओं पर असर ।

वास्तव में विचार ही मनुष्य में सब कुछ है । वे ही जलकों
 दुनिया में भाग्यमाल कर देते हैं और ये ही उसे मिट्टी में
 मिला देते हैं । विचारों से ही मनुष्य देवता सदृश बन जाता है
 विचारों से ही नारकी का रूप धारण कर लेता है । वास्तव
 में देव और भाग्य कोई वस्तु नहीं है । भूलकर भी कभी देव
 पर निर्भर नहीं रहना चाहिये । जहां तक हो सके, अच्छे भले
 विचारों को अपने मन में स्थान दो और दृढ़ संकल्प कर के
 उनके अनुसार अपनी प्रवृत्ति करो । बुरे और गंदे विचारों को
 मन से बिल्कुल निकाल डालो, फिर देखो यही दुनिया जिसे
 तुम आज दुःख और आपत्ति का घर समझ रहे हो तुम्हारे
 लिये सुख धाम और स्वर्गभूमि बन जायगी और जो कुछ तुम
 चाहते वह तुम्हें मिल जायगा ।



३-स्वास्थ्य और शरीर पर मन का प्रभाव ।

शरीर मन का चाकर है । यह मन की आज्ञाओं का पालन करता है चाहे वे आज्ञायें संकल्प पूर्वक हों चाहे बिना संकल्प की । अनुचित विचारों के अनुसार प्रवृत्ति करने से मनुष्य का शरीर शीघ्र रोगों में प्रसित होकर दिन दिन कमजोर होने लगता है, परंतु उत्तम और सुन्दर विचारों के अनुसार प्रवृत्ति करने से मनुष्य के शरीर में शक्ति, यौवन और सौन्दर्य आता है ।

जिस प्रकार मन का असर बाह्य अवस्था पर पड़ता है, वैसे ही मन का असर उसके स्वास्थ्य और शरीर पर भी पड़ता है, अर्थात् जैसे मनुष्य के विचार होते हैं, उन्हीं के अनुसार उसका स्वास्थ्य और शरीर होता है । मृतक विचार रूग्ण शरीर के प्रगट होते हैं । रोग का विचार करने से रोग उत्पन्न होता है । भय के विचार उतनी ही तेजी से आदमी को मार डालते हैं, जितनी तेजी से बन्दूक की गोली । हज़ारों आदमी

जैसे चाहो वैसे बन आओ ।

निरन्तर भय से मरते रहते हैं । प्रेम अधिकतर उन्हीं लोगों को होता है, जिन्हें प्रेम से डर लगता है चिंता से मनुष्य का शरीर घुल जाता है और रोग उस में अपना घर कर लेता है । चिंता की उपमा चिंता से दी जाती है । वास्तव में शरीर के लिये चिंता चिंता के सदृश है । बुरे और गंदे विचारों से चाहे वे प्रवृत्ति में लाये, भी न जावें, क्षण भर में शरीर की मशीन बिगड़ जाती है ।

सत्यता, दृढ़ता, पवित्रता और प्रसन्नता के विचारों से शरीर में बल, पौरुष और सौंदर्य आता है । शरीर ऐसा कोमल और आकर्षणीय यंत्र है कि जिस प्रकार के विचार मन में आते हैं उनके अनुकूल तुरन्त प्रवृत्ति करने लगता है और जैसे विचार होते हैं, भले या बुरे, उनके अनुसार शरीर पर उनका प्रभाव पड़ने लगता है ।

जब तक मनुष्य गंदे विचारों को फैलाते रहते हैं, तब तक उनका खून बराबर गंदा और विषैला रहता है । पवित्र हृदय से पवित्र जीवन और पवित्र शरीर विकसित होता है । अपवित्र मन से अपवित्र जीवन और अपवित्र शरीर प्रगट होता है । विचार ही कार्य, जीवन और प्रकाश का सोता और चश्मा है, अतएव पहले सोते को पवित्र बना लो, फिर सब कुछ पवित्र हो जायगा ।

स्मरण रखो, केवल भोजन के पदार्थों में परिवर्तन करने से तुम्हें कोई सहायता न मिलेगी, जब तक कि तुम अपने विचारों में परिवर्तन न करोगे । जब मनुष्य अपने विचारों को पवित्र कर लेता है तो फिर उसे अभक्ष्य पदार्थों की इच्छा ही नहीं रहती ।

कैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

अच्छे विचार करने से अच्छी आदत पैदा होती है । वह मनुष्य जो सन्न और महात्मा कहलाता है, परंतु अपने शरीर को जल में धोकर शुद्ध नहीं रखता, वह अस्मिता में संत या महात्मा है । शरीर की शुद्धता मन की शुद्धता के साथ है, अर्थात् पहले मन की शुद्धि आवश्यक है और फिर साथ में ही, शरीर की शुद्धि । जिस मनुष्य ने अपने विचारों को दृढ़ और पवित्र बना लिया है, उसे महामारी आदि के विप्लव कीड़ों में घुसने की कोई जगह नहीं रहती, कारण कि मन की शुद्धि के साथ शरीर की शुद्धि का विचार अवश्य होता है । अतएव जिस मनुष्य के विचार पवित्र हैं और जिसका मन साफ है, उसे शारीरिक रोगों का कोई भय नहीं हो सकता ।

यदि तुम अपने शरीर की रक्षा करना चाहते हो तो पहले अपने मन को वश में रखो । यदि तुम अपने शरीर में नब जाँवब चाहते हो, तो पहले अपने मन को पवित्र और सुन्दर बनाओ । ईर्ष्या, द्वेष निराशा और भीड़ता के विचारों से शारीरिक स्वास्थ्य और सौंदर्य का नाश हो जाता है । चिट्चिट्ठा-पन अपने आप नहीं होता, किंतु चिट्चिट्ठे विचारों से होता है । झुर्रियाँ त्विगने मनुष्य की आकृति बिगड़ जाती हैं, क्रोध, मूर्खता और अभिमान के कारण पड़ जाती हैं, मैं एक स्त्री का जानता हूँ जिसकी अवस्था ६६ वर्ष की है । उसके चेहरे पर चुचकी सदाश क्षमक दमक और भोलापन पाया जाता है । मैं एक अच्छे पदस्था के पुरुष को भी जानता हूँ, परंतु उसका चेहरा बड़ा बेहोश और भया हो गया है । इनका कारण क्या है? वह कि वह स्त्री सदा प्रसन्न चित्त रहती है, कभी हतोत्साहित नहीं होती और न कभी किसी का बुरा चिंतन करती है, परंतु

स्वास्थ्य और शरीर पर मन का प्रभाव ।

यह पुरुष सदा क्रोध में घुला करता है, चिंता में अंला करता है और वासना में लिप्त रहता है । स्त्री धोड़े पर भी संतोष करती है, परंतु पुरुष अधिक पर भी असंतोषी रहता है ।

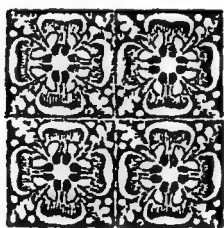
जिस प्रकार साफ सुथरी हवा और रोजनी के बिना तुम्हारा कमरा सुन्दर और स्वास्थ्यप्रद नहीं हो सकता, उसी प्रकार हर्ष, आनंद, शांति और संतोष के विचारों को स्वतंत्रता में मन में स्थान दिये बिना तुम्हारा शरीर बलवान् नहीं हो सकता और तुम्हारी आकृति से तेज़, शांति और गम्भीरता प्रगट नहीं हो सकती ।

बड़े आदमियों में कुछ के चेहरों पर तां संहानुभूति की, कुछ के चेहरों पर दढ़ और पवित्र निचारों की और कुछ के चेहरों पर काम क्रांवादि कपायों की भुर्रिया दृष्टिगोचर होती हैं । कौन ऐसा मनुष्य है जो इन में पहिचान नहीं कर सकता । जिन लोगों ने अपना जीवन भलाई और सच्चाई में व्यतीत किया है, उनका बुढ़ापा ढलते हुये सूर्य की तरह शांति और संतोष के साथ धीरे से निकल जाता है, अर्थात् भले पुन्यों का समय शांति में व्यतीत हो जाता है । मैंने धोड़े दिन हुए एक तत्व वेत्ता को मृत्यु-शय्या पर लेटे हुये देखा था । आयु की अपेक्षा तो वह बूढ़ा अवश्य था, परंतु और किसी अपेक्षा से उसे बूढ़ा नहीं कहा जा सकता था, जैसे आनंद और शांति से उसने अपना जीवन व्यतीत किया था वैसे ही आनंद में उसने अपने प्राण मजे । अंत समय तक वह आनंद और शांति में मग्न रहा ।

शारीरिक व्याधियों को दूर करने के लिए सुन्दर और मनोहर विचारों से पढ़कर और कोई ओषधि नहीं है । शोक और

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

दुःख को मिटाने के लिये नेकनियती से बढ़कर और कोई चीज नहीं है । दूसरों से ईर्ष्या द्वेष रखना, उनके विषय में संदेह करना तथा झूठा त्याग करना-इस प्रकार के कुविचार में निरंतर डूबे रहना, मानो अपने बनाये धुये बंदी-गृह में बंदी होकर रहना है । परंतु सब का भला चिंतन करना, सब को अच्छा समझना, सबसे मेल जोल रखना और शांति से सब के उत्तम गुणों को देखना-इस प्रकार के निःस्वार्थ विचार साक्षात् स्वर्ग के द्वार हैं और जो मनुष्य प्रति दिन प्रत्येक जीव के विषय में मैत्री-भाव रखता है और उसके हित का चिंतन करता है उसे अवश्य शांति मिलेगी और वह शांति परम और स्थायी होगी ।



४-विचार और उद्देश्य ।

विचार बिना उद्देश्य के कार्यकारी नहीं है। कार्य-मिष्टि के लिए विचार और उद्देश्य दोनों एक होने चाहिये, अर्थात् जो विचार हो वही उद्देश्य हो और जो उद्देश्य हो वही विचार हो, परंतु दुनिया में अतिक्रमर मनुष्य ऐसे हैं कि जहां अग्ने विचार रूपी नौका को जीवन रूपी समुद्र में वह जाने के लिए छोड़ देते हैं। अर्थात् अग्ने विचारों को योही डांवाडोल बहने देते हैं और कोई उद्देश्य नहीं रखते हैं। वेतुके विचार करना, कोई निश्चय अपनी दृष्टि के सामने न रखता। अत्रगुण है। अतएव जो लोग अपनी विचार रूपी नौका को विपत्ति रूपी पहाड़ से टकर खाने से बचना चाहते हैं, उन्हें उचित है कि वे उसे योही बहने न दें।

जिन लोगों के जीवन का कोई निश्चित उद्देश्य नहीं होता, वे छोटी मोटी चिन्ताओं, विपत्तियों, दुःखों और कष्टों के सहज

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

में ही शिकार हो जाने हैं । ये सब निर्बलता के चिन्ह हैं और निर्बलता से निश्चय से पापों और दुष्कर्मों के सदृश दुःख, हानि और असफलता उठानी पड़ती है, कारण कि शक्ति का प्रकाश करने वाले जगत् में निर्बलता नहीं ठहर सकती ।

प्रत्येक मनुष्य को उचित है कि अपना एक निश्चित उद्योग बना ले और उसकी पूर्ति में निरन्तर उद्योग करता रहे । उसी उद्देश्य को उसे अपने विचारों का केन्द्र बना लेना चाहिये । अर्थात् सदैव उसी का विचार करते रहना चाहिये । ऐसा करने से उसके उद्देश्य की अवश्य पूर्ति हो जायगी, यदि उसका उद्देश्य आत्मिक सुख होगा, तो उसे आत्मिक सुख मिल जायगा और यदि उसकी इच्छा सांसारिक पदार्थों की होगी, तो उसे सांसारिक पदार्थ मिल जायेंगे । मनुष्य को उचित है कि उद्देश्य को अपना परम कर्त्तव्य समझे और उस की प्राप्ति में भरसक प्रयत्न करे, यहां तक कि अपने जीवन को भी उस के निमित्त अर्पण करदे और अपने विचारों को कल्पनाओं, वासनाओं और व्यर्थ की बातों की ओर जाने से रोके । अपने विचारों को एक केन्द्र पर लाने और इन्द्रियों को वश में करने का यही सर्वोत्तम राज-मार्ग है, यदि मनुष्य अपनी निर्बलता पर विजय प्राप्त न करने के कारण अपने उद्देश्य की पूर्ति में पुनः पुनः असफल भी होता रहे तो भी इस निरन्तर के उद्योग से ज्ञा दृढ़ता उस के चरित्र और स्वभाव में उत्पन्न होगी, वह उस को सफलता के मार्ग पर लगा देगी और उससे आगे बढ़ कर वह भविष्य में अवश्य विजय और सफलता प्राप्त कर लेगा ।

जिन लोगों को अपने उद्देश्य का बोध नहीं है, उन्हें उचित है कि वे अपने विचारों को अपने कर्त्तव्य के समीचीन रूप से

पालन करने में लगावें, चाहे वह कर्त्तव्य कितना ही छोटा क्यों न हो, अर्थात् इसकी कोई परवाह न करें कि कर्त्तव्य छोटा है या बड़ा। उनका काम कर्त्तव्य पालन करने का है, सो किये जायं। केवल इसी रीति से हम अपने विचारों का एकत्र करके एक विषय की ओर लगा सकते हैं और अपने साहस और दृढ़ता को बढ़ा सकते हैं और जब हम इस प्रकार अपने विचारों को एक विषय की ओर लगाकर साहस और श्रम से काम करेंगे तो फिर कोई काम भी पेसा नहीं है जिस का हम न कर सकेंगे। साहस के आगे कठिन से कठिन काम भी सरल हो जाता है, ईश्वर भी उन्हीं की सहायता करता है जो अपनी सहायता आप कर सकते हैं।

निर्वल से निर्वल आत्मा वाला मनुष्य भी अपनी निर्वलता को जानकर और इस घात की सत्यता का विश्वास करके कि केवल उद्योग और अभ्यास से ही शक्ति बढ़ सकती है, तुरंत उद्योग करना शुरू कर देगा और अविश्रांत श्रम साहस और उद्योग के बल से अवश्य उन्नति कर लेगा और अंत में अपने में ईश्वरीय शक्ति को प्राप्त कर लेगा।

जिस प्रकार वह मनुष्य जिसका शरीर दुर्बल है, सावधानी से नित्यप्रति व्यायाम करके अपने शरीर को सुदौल और बलिष्ठ बना सकता है; उसी प्रकार वह मनुष्य जिसके विचार निर्वल हैं अच्छे और भले विचारों को अपने मन में निरंतर स्थान देने से, अपने विचारों को दृढ़ बना सकता है।

जो मनुष्य निर्वलता और स्वभाव की चंचलता को दूर कर देता है और किसी उद्देश्य विशेष को अपनी दृष्टि के सामने

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

रख कर विचार करने लगता है, वह उन बलवान् आत्माओं की श्रेणी में प्रवेश कर लेता है जो असफलता की सफलता का एक मार्ग ममकते हैं प्रत्येक अवस्था से अपना कार्य निकालते हैं, जिनके विचार दृढ़ होते हैं और जो निर्भय होकर उद्योग करते हैं और उत्तम रीति से अपने काम को पूरा करते हैं, मनुष्य का उचित है कि अपने उद्देश्य को अपनी दृष्टि के सामने रखकर उसकी पूर्ति के लिये अपने मनमें एक सीधा मार्ग बना ले और बिना इधर उधर देखे बग़बर उसपर चला जाय । भय और संदेह को एकदम मनसे निकाल देना चाहिये, कारण कि ये तोड़ फोड़ कर देनेवाली चीज़ें हैं । इनके कारण मनुष्य सीधे मार्ग से हट जाता है और इधर उधर मारा मारा फिरता है और सफलता प्राप्त नहीं कर सकता, सारे उद्योग निष्फल जाते हैं । भय और संदेह के विचारों से न कभी कोई काम पूरा हुआ और न हो सकता है । उनसे सदा असफलता ही होती है, जहां भय या संदेह का मन में प्रवेश हुआ, उलां समय साहस टूट जाता है काम करने की शक्ति जाती रहती है और विचार निर्बल पड़ जाते हैं ।

जब हमको इस बात का ज्ञान हो जाता है कि हम अमुक काम को कर सकते हैं; तब हमारे मन में उस काम का विचार पैदा होता है, भय और संदेह ज्ञान के कट्टर शत्रु हैं । जो मनुष्य भय और संदेह को अपने मन में स्थान देता है और उन्हें दूर नहीं करता, वह पग पग पर ठोकर खाता है और अंत में असफल भूत रहता है । जिस मनुष्य ने भय और संदेह को जीत लिया है उस ने असफलता को जीत लिया अर्थात् उसे कभी निराशा या असफलता नहीं हाती, उस के प्रत्येक विचार

विचार और उद्देश्य !

में शक्ति पाई जाती है और वह बड़ी वीरता से सम्पूर्ण कठिनाइयों का सामना करता है और बुद्धिमानी से उन पर विजय प्राप्त करता है। उस के उद्देश्यों के पौधे ठीक समय पर लगाये जाते हैं और वे ऐसी उत्तमता से बढ़ते और फल लाते हैं कि उन के फल समय से पड़ने भड़कर ज़मीन पर नहीं गिरते। अर्थात् ऐसे मनुष्य के उद्देश्य अवश्यपूर्ण होते हैं।

यदि उद्देश्य के साथ उस के लिये निर्भीक और प्रबल विचार भी शामिल हों, तो उस विचार में उत्पत्ति शक्ति आजाती है, जिस मनुष्य का इस बात का ज्ञान है, उस का चित्त चंचल और चलायमान नहीं होता और उस के हृदय में क्षणिक और विविध तरंग नहीं उठती। वह पहले से अधिक उत्तम और प्रबल अवस्था में हो जाता है। जो मनुष्य ऐसा करता भी है अर्थात् जिनका विचार अपने उद्देश्य की पूर्ति में निश्चल और निर्भय रूप से होता है, वह अपनी मानसिक शक्तियों को भी अपने वश में कर लेता है कइने का सारांश यह है कि जिस मनुष्य का इस बात का केवल ज्ञान ही होता है कि यदि निर्भय होकर उद्देश्य के साथ विचार को शामिल किया जाय तो मनुष्य में दृष्टि सृष्टि की शक्ति उत्पन्न हो जाती है, अर्थात् वह जहाँ और जो कुछ चाहे पैदा कर सकता है, वह उस मनुष्य से हजार गुना अच्छा है कि जिसे अभी इस बात का ज्ञान भी नहीं है और जिस मनुष्य की इसके अनुसार प्रवृत्ति भी होती है, अर्थात् जिस मनुष्य का विचार अपने उद्देश्य की ओर निर्भय रूप से होता है, वह उस से भी हजार गुना अच्छा होता है। उस की मानसिक शक्तियाँ उसके वश में होती हैं और वह अपने मनोबल से जो चाहे काम कर सकता है।

५-सफलता के लिए खन कहां तक काम करता है ।

जो कुछ मनुष्य प्राप्त कर लेता है अथवा जिसके प्राप्त करने में वह असफल रहता है, वह सब उसके ही मनोगत विचारों का परिणाम है । इस जगत् में जहां पूर्णरूप से नियम, न्याय और विधिक शासन है और कोई काम भी अनियम नहीं होता, हर एक आदमी की भारी जिम्मेवारी होनी चाहिये । प्रत्येक मनुष्य अपनी निर्बलता और सबलता, पवित्रता और अपवित्रता का स्वयं उत्तरदाता है । वे उसी की हैं, दूसरे की नहीं । दूसरे से उनका कोई सम्बन्ध नहीं । उन अवस्थाओं का पैदा करनेवाला वह स्वयं है, कोई दूसरा नहीं और उनका बदलने वाला भी वह स्वयं है, कोई दूसरा नहीं है । भाषार्थ जैसी भी जिस मनुष्य की दशा है, वह उसी की है, किसी दूसरे की नहीं है । मनुष्य को जो कुछ दुःख सुख होता है,

सफलता के लिए मन कहां तक काम करता है ?

वह सब उसी के विचारों से होता है। जैसा कोई चाहता है वैसा ही वह हो जाता है। जैसा कोई आदमी विचार करता रहता है, वैसी ही दशा में वह रहता है।

कोई बलवान् मनुष्य उस समय तक किसी निर्बल की सहायता नहीं कर सकता, जब तक कि निर्बल मनुष्य स्वयं उससे सहायता लेने के लिये तैयार न हो और उस समय भी यह ज़रूर है कि निर्बल मनुष्य स्वयं ही बलवान् बने और स्वयं ही अपने उद्योग से उस शक्ति को प्राप्त करे जिसकी वह दूसरों में सराहना करता है। सारांश यह है कि यदि वह चाहे तो स्वयं ही अपनी अवस्था को बदल सकता है, कोई दूसरा मनुष्य नहीं बदल सकता।

अब तक प्रायः लोगों का ऐसा विचार था और वे यह कहा भी करते थे कि दुनिया में अनेक मनुष्य इस कारण से दास बने हुए हैं कि अमुक व्यक्ति अन्यायी है, वह अन्याय और अत्याचार करता है, अतएव हमें ऐसे दुष्ट मनुष्य से घृणा करनी चाहिए, परंतु अब विचार शील मनुष्यों की राय इसके प्रतिकूल होती जाती है। अब वे यह कहते हैं कि अमुक व्यक्ति इस कारण अन्यायी और अत्याचारी है कि अनेक मनुष्य स्वयं दास बने हुए हैं और दासत्व को सहन कर रहे हैं। अतएव हमें दासों से घृणा करनी चाहिये। असल बात यह है कि दास और अत्याचारी अज्ञानता में दोनों एक दूसरे के सहायक हैं और यद्यपि वे प्रत्यक्ष में एक दूसरे को दुःख पहुंचाते हुए मालूम होते हैं, परंतु वास्तव में वे स्वयं ही अपने को दुःख पहुंचाते हैं। जिस मनुष्य को पूर्ण ज्ञान है, वह दुःखी मनुष्य

जैसे चाहो वैसे वन जाओ ।

कां निर्बलता और अन्यायी मनुष्य की निर्दयता में एक ही कात्रन का काम करते हुए देखता है । जिस मनुष्य में पूर्ण प्रेम है, वह दोनों अवस्थाओं में दुःख देखता है, इसलिये दोनों में से किसी को भी दोष नहीं लगता और जिस मनुष्य में पूर्ण दया और अनुकम्पा है, वह दुःखी और अन्यायी दोनों को अपनी क्रांती से लगाता है । परन्तु हाँ जिसने अपनी निर्बलता को जय कर लिया है और सम्पूर्ण स्वार्थयुक्त विचारों को सर्वथा त्याग दिया है, वह मनुष्य न तो स्वयं दूसरे पर अन्याय करता है और न दूसरे उस पर अन्याय करते हैं । वह स्वतन्त्र और स्वाधीन है । मनुष्य अपने विचारों को उच्च बनाने से ही उन्नति करता है और विजय और सफलता लाभ कर सकता है । यदि वह अपने विचारों को उच्च बनाने में सकोच करेगा तो वह पतित, निर्बल और निराश रहेगा ।

सांसारिक इच्छाओं में से भी किसी के प्राप्त करने से पहले यह आवश्यक है कि मनुष्य अपने विचारों का इन्द्रिय-लोलुपता विषय-वासना और दासत्व से मुक्त रखे । सफलता लाभ करने के लिये यह आवश्यक नहीं कि स्वार्थ और वासना का सर्वथा त्याग कर दिया जाय, परन्तु हाँ कुछ न कुछ अंग तो अवश्य ही त्याग देना चाहिये । जिस मनुष्य का विचार मुख्य-तया विषय-वासना की ओर है, वह न तो स्पष्ट रूप से किसी विषय पर विचार कर सकता है और न किसी काम के करने का नियमपूर्वक कोई उपाय सोच सकता है । न उसे अपनी गुप्त शक्तियों का पता लग सकता है और न वह उन्हें बढ़ा सकता है । हर एक काम में उसे असफलता रहती है । उसने

सफलता के लिए मन इहाँ नक काम करता है ?

अपने विचारों को अपने वश में रखना नहीं सीखा है, इसलिए वह इस योग्य नहीं कि ठीक ठीक अपने कार्यों का प्रबन्ध कर सके और भारी जिम्मेदारियों को अपने ऊपर ले सके। वह स्वतंत्रता से अपना काम करने और अपने पैरों पर आप खड़ा होने के अयोग्य है। वह अपने उन कतिपय विचारों की सीमा से, जिन्हें उसने चुन लिया है, बाहर नहीं जा सकता।

दुनिया में उस समय तक कोई उन्नति या सफलता नहीं हो सकती, जब तक कि कुछ हानि न उठाई जाय और स्वार्थ की आहुति न दी जाय। जितना अधिक मनुष्य अपनी विषय वासनाओं का त्याग करेगा और अपने मन का अपने उद्देश्य की पूर्ति के उपायों में लगायेगा, तथा आत्म-निर्भरता अर्थात् अपने ऊपर विश्वास करना सीखेगा, उतना अधिक वह सफलता लाभ करेगा। जितना ऊँचा वह अपने विचारों को बनायेगा, उतना ही अधिक वह वीर, साहसी, सच्चा और ईमानदार हो जायगा, उतनी ही अधिक उसको सफलता होगी और उतने ही अधिक पवित्र और स्थायी उसके कार्य होने।

दुनिया में लालची, घेरेमान और दुराचारी मनुष्य कभी नहीं फलते, चाहे ऊपर से कभी कभी ऐसा देखने में भले ही आना हो। प्रकृति उन्हीं लोगों की सहायता करती है जो सच्चे, ब्यालु और धर्मात्मा होते हैं। जब जब जितने महापुरुष हुए हैं। सभी ने भिन्न भिन्न रूप से इस बात को प्रकट किया है। जो मनुष्य इसको स्वयं जानना और सिद्ध करना चाहता है, उसे चाहिए कि अपने विचारों को उच्च बनाकर दिन दिन अधिक धर्मात्मा बनने का उद्योग करता रहे।

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

मानसिक सफलताएँ उन विचारों का परिणाम हैं जिनको ज्ञान प्राप्ति की जोह में लगाया जाय अथवा जिनको प्रकृति की सुन्दर और रमणीक वस्तुओं की ओर आकर्षित किया जाय । कभी कभी लोग ऐसे सफलताओं का लोभ और स्वार्थ-वश पतन करते हैं, परंतु वास्तव में वे लोभ और स्वार्थ-जन्य नहीं हैं, किंतु बहुत दिनों तक जी तोड़कर श्रम और उद्योग करने और पवित्र और निस्वार्थ विचारों के मन में लाने से प्रगट हुई हैं ।

आत्मिक सफलताएँ उच्च और आर्त्मिक विचारों का परिणाम हैं । जो मनुष्य निरंतर ऐसे विचारों का मन में स्थान देता रहता है और पवित्र और निःस्वार्थ वस्तुओं का ध्यान करना रहता है, उसका चरित्र अवश्यमेव उत्तम और विशुद्ध हो जायगा और वह निश्चय से सुखी और भाग्यवान बन जायगा और महत्व और प्रतिष्ठा प्राप्त कर लेगा । ऐसे मनुष्य का उच्च पद पर पहुँचना और सच्चरित्र होना ऐसा ही निश्चित है जैसा कि सूर्य का मध्याह्न रेखा पर पहुँचना और चन्द्रमा का पूर्णिमा के दिन पूर्ण रूप से प्रकाशित होना ।

प्रत्येक कार्य में सफलता निरंतर के उद्योग और विचार से प्राप्त होती है । कोई कार्य ऐसा नहीं है कि जिस में उद्योग और विचार के बिना सफलता प्राप्त होगई हो । शील, समय, दृढ़ता, पवित्रता, सदाचार और सद्विचारों से मनुष्य उन्नति करता है और ऊँचा चढ़ता है, परंतु विषय-वासना आलस्य, अपवित्रता, दुराचार और कुविचारों से वहीं मनुष्य अवनति करता है और नीचे गिरता है ।

सम्भव है कि एक मनुष्य दुनिया में अद्भुत सफलता प्राप्त

सफलता के लिए मन कहां तक काम करता है ?

कर ले और आत्मिक जगत में भी विग्रंथ उन्नति कर ले और फिर वही मनुष्य स्वार्थ, मान, अहंकार, मात्सर्य और दुराचार के विचारों को मन में स्थान देने से पदव्युत्त हो जाय और दुःख और आशुति के कृप में गिर पड़े।

जो सफलता सद्बिचारों से प्राप्त की गई है, उसे हम सावधान रह कर ही सुरक्षित रख सकते हैं। प्रायः बहुत से मनुष्य सफलता लाभ कर के उसकी रक्षा नहीं करते, जिस का यह परिणाम होता है कि वे शीघ्र ही असफलता की दशा में आ जाते हैं।

सर्व प्रकार की सफलताये चाहे वे शारीरिक हों चाहे मानसिक और चाहे आत्मिक सद्बिचारों का परिणाम है। सब एक नियम के अधीन हैं और एक ही विधि पर निर्धारित हैं। यदि कुछ अन्तर है तो केवल उद्दिष्ट पदार्थ का है।

जो मनुष्य कुछ नहीं करना चाहता, उसे स्वार्थ की आहुति देने और इन्द्रियों के दमन करने की आवश्यकता नहीं है, परंतु जो मनुष्य कुछ करना चाहता है उसके लिये इन बातों की अत्यन्त आवश्यकता है। जितना मनुष्य काम करना चाहता है उतनी ही आहुति उस देनी होगी। बिना आहुति दिये कोई भी काम नहीं हो सकता चाहे वह कितना ही छोटा और कितना ही बड़ा हो।



६-स्वप्न और आदर्श ।

✿✿✿ तब तो था कि स्वप्न देखने वाले इस संसार के मुक्ति
 ✿ ✿ ✿ दाता है । जैसे स्थूल प्रत्यक्ष जगत अदृष्ट जगत
 ✿ ✿ ✿ के सहारे स्थिर है, उसी प्रकार दुनिया के लोगों
 ✿ ✿ ✿ को उनके पापों, दुःखों और नीच कर्मों में उन
 पकान्तवासी मनुष्यों के सुन्दर स्वप्नों और विचारों से सहारा
 मिलता है । मनुष्य जानता है कि उनका कर्म नहीं भूल सकता और
 उनके आदर्शों का कर्म नष्ट नहीं होने देता, कारण कि वह उन
 विचारों के द्वारा ही जीवन व्यतीत करता है और उनको
 वास्तविक समझता है जिनका वह एक दिन अपनी आंखों
 में स्वयं देखेगा और अनुभव करेगा ।

कवि, लेखक, चित्रकार, गीतकार, ऋषि महात्मा भावी
 जगत के निर्माता और स्वर्ग के रचयिता हैं । उन्होंने लोगों के
 कारण दुनिया सुन्दर दिखाई देती है । उन्होंने ही इसमें जीवन

रूका है, यदि वे न होते तो दुनिया में परिधर्मी लोगों का प्रभाव हो जाता ।

जिस मनुष्य के मन में कोई सुन्दर विचार या उच्च आदर्श विद्यमान है वह एक दिन उसे अवश्य देख लेगा । कोलम्बस के मन में दूसरी दुनिया के अस्तित्व का विचार समाया हुआ था और उसने उसे मालूम करके छोड़ा । कोपरनिकस (Copernicus) के मन में यह विचार जमा हुआ था कि हम दुनिया के अतिरिक्त और भी बहुत सी दुनिया हैं । अंत में एक दिन उसने इस विचार को प्रत्यक्ष रूप में देख लिया । बुद्धदेव ने एक परम सुन्दर और शान्तिमय आत्मिक जगत का लक्षण देखा था । एक दिन उसने उसमें प्रवेश पा लिया ।

अपने स्वप्नों और विचारों को अपने मन में रक्खो, अपने आदर्शों को सुरक्षित रक्खो । वह राग जो तुम्हारे मन में जोश मागता है, वह सौंदर्य की अहति जो तुम्हारे मन के सामने फिरती है, वह प्रेम-मूर्ति जो तुम्हारे सब से अधिक पवित्र और सुन्दर विचारों के वेश में सुसज्जित होती है, इन सब को ऐसी प्रिय सम्झो मानों वे तुम्हारी आंखों की पुतलियां हैं, कागश कि इनमें से हो सम्पूर्ण सुखावस्थाओं और स्वर्गीय पदार्थों का प्रादुर्भाव होता है । यदि तुम इन सुन्दर विचारों पर दृढ़ रहे, तो इन्हीं में से अंत में तुम्हारी दुनिया बन जायगी । वास्तव में किसी वस्तु की इच्छा ही करना उसमें सफल होना है । जिस पदार्थ की इच्छा की जायगी वह अवश्य मिलेगी और जिस काम के लिये उद्योग किया जायगा, उसमें निश्चय से सफलता होगी । यह सम्भव नहीं कि मनुष्य की नीच चालनायें तो पूर्ण

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

हां जायें और उसकी पवित्र आकांक्षाएँ अपूर्ण रह जायें । यह बात नियम-विरुद्ध है । ऐसा कभी नहीं हो सकता । केवल मांगने की देर है । जहां तुमने मांगा, तुरंत तुम्हें मिल जायगा । उच्च और उत्तम विचारों के स्वप्न देखा करो और जोंगे तुम स्वप्न देखांगे वैसे ही तुम बन जाओगे । तुम्हारा स्वप्न इस बात का सूचक है कि तुम एक दिन वंसी ही हालत में पहुँच जाओगे । तुमने जो अपने मन में आदर्श स्थापित कर रखा है, वह इस बात का प्रगट करता है कि तुम एक दिन उसे नास्तविक रूप में देख लांगे ।

बड़े से बड़ा काम भी पहले कुछ काल तक स्वप्नवत रहता है । देखो बड़ का पेड़ दड़ बड़ी के भीतर बन्द रहता है । त्रिड़िया अंडे में रहती है और आत्मा के उच्चतम विचार में एक जीता जागता देव चलता फिरता है स्वप्न और विचारों से ही असली चीजें प्रगट होती हैं । माना स्वप्न और विचार असली चीजों की पोद है ।

सम्भव है कि तुम्हारी स्थिति या बाह्य अवस्था तुम्हारी इच्छानुकूल न हो, परंतु यदि तुम अपना आदर्श नियत कर लो और उसकी प्राप्ति के लिये उद्योग करना शुरू कर दो तो तुम्हारी अवस्था ऐसी न रहेगी, अवश्य सुधर जायगा, परन्तु यदि तुम अपना आदर्श नियत न करो और उसकी प्राप्ति के लिये उद्योग न करो, तो तुम्हें कभी सफलता नहीं हो सकती । तुम्हारी दशा कभी नहीं बदल सकती । तुम जिस दुःखावस्था में हो उसी में रहोगे । एक नवयुवक है जो अत्यन्त निर्धन है । सवेर से शाम तक एक ऐसे तंग और अंधेरें कारखाने में काम करता

रहता है कि जो उसके स्वास्थ्य के लिये हानिकर है, वह अनपढ़ है और सभ्यता और शिष्टाचार से भी अनभिज्ञ है, परन्तु वह उस कारखाने जैसा ही अच्छी चीजों के स्वप्न देखता है और बुद्धिमानी सभ्यता और सुन्दरता का विचार करता रहता है। वह अपने मन में आदर्श जीवन का चित्र खींचता है और उदारता और स्वार्थान्तर के भाव उसके हृदय तट तक अपना अधिकार जमा लेते हैं। अर्थात् उन्ने काम करने के लिये उत्तेजित करती है और वह अपना बचा खुचा समय और धन चाहे वह कितना ही थोड़ा क्यों न हो, अपनी गुप्त शक्तियों और साधनों की वृद्धि करने में लगाता है। बहुत जल्दी उसके मन में ऐसा परिवर्तन हो जाता है कि फिर वह उस कारखाने में नहीं रह सकता। कारखाना उस के स्वभाव के ऐसा प्रतिफल हो गया है कि जिस प्रकार फटे पुराने कपड़े का बदन पर से उतार देने हैं, उसी प्रकार अब वह अपने नवीन विचारों के अनुसार सुश्रवसर मिलते ही उस कारखाने का सबैव के लिये छोड़ कर चला जाता है। कुछ साल के बाद हम उसी युवक का एक बड़ा आदर्शी देखने हैं? उसने अपने मन की कुछ शक्तियों पर पूर्ण अधिकार प्राप्त कर लिया है और उनके द्वारा इस दुनिया में उसका बड़ा मान और अधिकार है और मार्ग जिम्मेवारी के काम उसके सुपुर्दे हैं। जब वह चालता है तो सब लोग उसके जुह की ओर देखते हैं और उनकी हालतें बदल जाती हैं। स्त्री पुरुष, युवा वृद्ध सभी उसकी बातों को ध्यान में सुनते हैं और उसके उपदेश से अपने चरित्र को सुधारते हैं। वह मृत्यु के समान सबके बीच में चमकता हुआ दिखाई देता

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

हे योग अलंख्याते मनुष्य, उसके चहुं ओर बैठे रहते हैं, मानो वह सबका नेता हैं और सब का सम्मार्ग बनलाता हैं। उसने अपनी युवावस्था के स्वप्न को साक्षात् देख लिया है, अध्यात्म आने आदर्श को प्राप्त कर लिया है। जो उसने सोचा था, अब वह उसे मिल गया है। जो कभी स्वप्न था, अब वह सत्य हो गया है।

प्रिय पाठकगण! तुम भी अपने मन के विचारों को चाहे वे अच्छे हो, चाहे बुरे चाहे अच्छे बुरे दोनों मिले हुए हों, एक दिन साक्षात् देख लोगे। जिन बातों की तुम इच्छा करते हो, चाहे वे कैसी ही हों, एक दिन तुम्हे अश्रय मिल जायगी, कारण कि तुम सदैव उन्हीं बातों का चिन्तन करते रहते हो और उन्हीं के प्राप्त करने की अभिलाषा रखते हो। जैसे तुम चाहोगे वैसे ही बन जाओगे। जैसे तुम्हारे विचार होंगे, उनके अनुकूल ही तुम्हे उनका फल मिल जायगा। जो तुम कमाओगे, वही तुम को मिलेगा। न कम और न ज्यादा। तुम्हारी स्थिति और बाह्य अवस्था चाहे जैसी हो, जैसे तुम स्वप्न देखोगे, जैसे तुम्हारे मन विचार होंगे और जो आदर्श तुम अपना बनाओगे उनके अनुसार ही तुम अपनी उन्नति या अवनति करोगे। तुम्हारी इच्छा जितनी छोटी और नीची होगी, उतने ही छोटे और नीचे तुम बनोगे और जितनी बड़ी और उंची होगी, उतने ही बड़े और ऊँचे बनोगे। सम्भव है कि जो मनुष्य आज कुली का काम कर रहा है और फटे पुराने कपड़े पहिन रहा है, वही कल को उन्नति करता २ एक बड़ा इन्जीनियर बन जाय और नये नये इन्जिनों का आविष्कार करे। जो मनुष्य आज पैसे पैसे

स्वप्न और आदर्श ।

को तरसता है, जिसे खानेको भर पेट भोजन भी नहीं मिलता, वही कल को लारों आदिभियों का पोषक और रक्तक बन जाय । एवं जो मनुष्य आज, विषय-वासना में लिप्त हो रहा है और इन्द्रिय-सुख में ही सुख मान रहा है, वही कल को विषय-वासना का तिलाञ्जली देकर आत्मानुभव में लीन होजाय और कर्मों के जाल को काट कर परम पद को प्राप्त करले और संसार में भूते भटके प्राणियों को सन्मार्ग पर लगा दे ।

मूर्ख, आलसी और विचारशून्य मनुष्य असली चीजों को तो देखते नहीं, केवल उनके बाहरी नतीजों को देख कर भाग्य को उलाहना देने लगते हैं और दैव का रोना रोते हैं । किसी मनुष्य को धन कमाते और धनवान बनते देख कर वे कहा करते हैं कि ईश्वर की देन को देखो, यह मनुष्य कैसा भाग्यवान है । मिट्टी में भी हाथ डालता है तो रुपया ही निकलता है । दूसरे मनुष्य को विद्वान् होते देख कर वे चिल्ला उठते हैं कि देखो, इस पर ईश्वर की कैसी कृपा है । एक तीसरे मनुष्य में ऋषियों जैसे गुण और अतुल्य प्रभाव देखकर वे चोल उठते हैं कि ईश्वर की शक्ति अपरम्पार है, वह चाहे सो करे । देखो इस मनुष्य को कैसी सफलता प्राप्त है, परन्तु वे मूर्ख यह नहीं देखते कि इन लोगों को इतना अनुभव प्राप्त करने के लिये कितनी कठिनाइयों का सामना करना पड़ा है, कितनी आपत्तियां उठानी पड़ी हैं और कितनी बार असफलता का मुंह देखना पड़ा है । उन्हें इस बात का ज्ञान नहीं है कि इनका अपनी इच्छा की पूर्ति करने के लिये अपने आदर्श को प्राप्त करने के लिये अर्थात् इस अवस्था पर पहुंचने के लिये स्वार्थ

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

कौन कितनी आहुति देनी पड़ा है, कितना निर्भीक हाकर उद्योग करना पड़ा है और कितना विश्वास और श्रद्धा करना पड़ा है। वे नहीं जानते कि इनके मार्ग में कितनी विघ्न बाधाएं आईं और इन्होंने किस वीरता के साथ उनका दूर किया। वे केवल इनकी वर्तमान सुख और प्रकाश्य अवस्था को देखते हैं और उसको भाग्य बताते हैं। इनका मार्ग कितना विषम और संश्लेष्य रहा है, इसकी ओर उनका ध्यान भी नहीं जाता। उदाहरण तो केवल इनका वर्तमान सुन्दर रमणीय स्थान दिखाई दे रहा है और इसको वे इनका सौभाग्य बताते हैं वे केवल परिणाम का देखते हैं और उसको देव बताते हैं। उस परिणाम के लिये किन किन उपायों का अवलम्बन करना पड़ा है, इसको नहीं देखते।

मनुष्य को सम्पूर्ण कार्यों में पहले उद्योग करना पड़ता है, पीछे उसे उसका फल मिलता है। जैसा और जितना उद्योग होता है, वैसा और उतना ही फल मिलता है। उद्योग से ही फल का अनुमान किया जा सकता है। देव और भाग्य कोई वस्तु नहीं है। जो कुछ मनुष्य के पास है और जो कुछ उसे मिलता है, वह सब उद्योग से मिलता है। जिसे ईश्वर की देन कहते हो, वह तथा बल, शक्ति, धन, बुद्धि, इत्यादि सभी मानसिक, शारीरिक और आत्मिक वस्तुएं श्रम और उद्योग के फल हैं। ये वे विचार हैं जो पूर्ण हो गए हैं और वे स्वप्न हैं जो वास्तविक रूप में प्रगट हो गए हैं। कदने का सारांश यह है कि जैसे विचार तुम अपने मनमें करोगे, जो उद्देश्य तुम अपने जीवन का बनाओगे, उसके अनुकूल ही तुम बन जाओगे।

७-शान्ति ।



मन को शांति ज्ञान एक सुन्दर रत्न है। यह मन को बहुत दिनों तक दृढ़ता से बश में रखने से प्राप्त होती है। किसी मनुष्य में शांति का होना इस बात का चिह्न है कि उसका अनुभव परिपक्व हो गया है और उसको मानसिक विचार के नियमों और साधनों का साधारण से अधिक ज्ञान हो गया है। जिनका मनुष्य को इस बात का ज्ञान होता जाता है कि मेरा अस्तित्व मानसिक विचार में दृष्टा है, उतना ही वह शांत चित्त होता जाता है, कारण कि वह ज्ञान उसको इस बात के समझने के लिये उत्तेजित करता रहता है कि वह अन्य मनुष्यों के अस्तित्व को भी विचार-जन्य समझे और ज्यों ज्यों उस की सद्बुद्धि बढ़नी जाती है और वह कार्य कारण के भाव से वस्तुओं के आन्तरिक सम्बन्ध को अधिक स्पष्ट रूप से देखता जाता है, त्यों त्यों वह गुज गपाड़ा करना फूँ फाँ करना, बेकल

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

हाना और शोक और पश्चात्ताप करना बंद करता जाता है और दृढ़, शांत और गंभीर बनता जाता है ।

शांत चित्त मनुष्य अपने को बश में रखना जानता है, इसी कारण से वह इस बात को भी अच्छी तरह जानता है कि किस प्रकार दूसरों की सेवा करे और उनको लाभ पहुंचावे । वे लोग भी बदले में उसके आत्मिक बल की प्रशंसा करते हैं और इस बात की आवश्यकता प्रतीत करते हैं कि उससे कुछ सीखें और उस पर श्रद्धा और विश्वास करें । जितना अधिक मनुष्य शांत होता जाता है, उतनी ही अधिक उसे सफलता प्राप्त होती जाती है, उसकी प्रतिष्ठा बढ़ती जाती है और भलाई करने की शक्ति उसमें पैदा होती जाती है । साधारण से साधारण दूकानदार भी यदि वह अपने मन को अपने बश में रखना सीख ले और दृढ़ता प्राप्त करले तो अपने कारबार में उन्नति देखेगा और उसके ग्राहकों की संख्या दिन दिन बढ़ती जायगी, कारण कि लोग उसी दूकानदार से व्यवहार करना पसंद करते हैं जिसके स्वभाव में दृढ़ता और गंभीरता है और जो सब के साथ नमी से पेश आता है ।

गंभीर और शांत-चित्त मनुष्य के साथ सबलोग प्रेम और आदर पूर्वक व्यवहार करते हैं । वह एक सुखी और प्यासी ज़मीन पर छायादार वृक्ष के समान है, अथवा एक तेज आंधी से बचाने के लिये चट्टान है । कौन व्यक्ति ऐसा है जो शांत, गंभीर और मृदुस्वभाव वाले मनुष्य से प्रेम नहीं करता ? चाहे झार से मेह बरसे, चाहे कड़ी धूप पड़े और चाहे, जो परिवर्तन हो शांत और गंभीर प्रकृति के मनुष्य इनकी कोई परवा नहीं

करते, कारण कि वे सदैव शांति और प्रसन्न-चित्त रहते हैं। शांति आत्मोन्नति का सब से अन्तिम पाठ है। यह वही वस्तु है जिसे जीवन का फलना और आत्मा का फलना कहते हैं। इसका मूल्य ज्ञान और बुद्धि के समान है। चांदी से क्या कुंदन से भी अधिक लोग इसकी कदर करते हैं। देखो शांतिमय जीवन के सामने रुपया पैसा कमाने की इच्छा कैसी नीच और तुच्छ जान पड़ती है। शांति का जीवन वह जीवन है कि जो सच्चाई के समुद्र की तह में लहरों से इतना नीचे रहता है कि वहां सदैव सुनसानी रहती है और आंधी तूफान का गुजर भी नहीं होता।

हम ऐसे कितने ही आदमियों को जानते हैं कि जो अपनी जिन्दगी को कड़वा बना लेते हैं, तेज स्वभाव होने के कारण क्रोध में आकर सारी सुन्दरता और मीठे पन का नाश कर देते हैं, चाल चलन का बिगाड़ लेते हैं और सब के साथ बैर बांध लेते हैं। परन्तु यहां एक प्रश्न खड़ा होता है कि क्या बहुत से मनुष्य अपने मन और इन्द्रियां को वश में न रखने के कारण अपने जीवन को नष्ट नहीं कर बैठते और अपने सुख को आहुति नहीं दे देते ? अवश्य दे देने हैं। हमने अपने जीवन में बहुत ही कम लोग ऐसे मिलते हैं कि जो भारी भरकम हों और जिनमें वह गम्भीरता पाई जाय कि जो एक सर्वांग सुन्दर और विशुद्ध चरित्र मनुष्य में होनी चाहिये।

निस्सन्देह मनुष्य कषाय के वशीभूत होकर आपे से बाहर
हा जाता है और क्रोध में लाल पीला हो जाता है। अत्यन्त
शोक के कारण विवश होकर रोने पीटने लगता है। अथ और

जैसे चाहो वैसे बन जाओ ।

चिन्ता के मारे इधर उधर मारा मागा फिरता है । यह देश उसी मनुष्य की होती है जिसके वश में उसका मन नहीं होता । जिस मनुष्य ने अपने मन को अपने वश में कर लिया है और अपने विचारों को विशुद्ध और पवित्र बना लिया है, वही मनुष्य आतिथिक भूकलों पर विजय प्राप्त कर सकता है अर्थात् अपनी कषाय और वासना को दबा सकता है । कषाय और वासना आत्मा के गुण को नाश कर देती हैं और उसे नरक के गड्ढे में डाल देती हैं ।

ऐ कषाय और वासना के वशीभूत हुई आत्माओ ! और ऐ चिन्ता में पड़े हुए आत्माओ ! तुरन्त जाइ कहीं हो और चाहे किसी अप्रत्याशित स्थिति, इस बात को अवश्य तरह जान लो कि जीवन की समुद्र में सुख के दाग जलजला रहे हैं और तुम्हारे आदर्श का प्रकाशमान तट तुम्हारे आने की घाट देख रहा है । तुम अपने मन की नौका की पतवार को लड़खड़ाते रहते रहते अर्थात् अपने मन को चंचल और चलायमान न होने दो । तुम्हारी आत्मा की नौका के भीतर सब से ज्यादा नाविक विश्राम कर रहा है । वह देवल सो रहा है । उसे जगा लो अर्थात् अपने मन को चेतो और उस के भीतर जो परमात्मा विद्यमान है, उसकी ओर देखो । इन्द्रिय-पराजय में बल है, सच्चिदानन्द में विजय है और शान्ति में शक्ति है । अपने मन से कहो कि शान्त हो, शान्त हो, शान्त हो ।

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः

ज्योतिष प्रवेशिका—

की० १॥)

लेखक—

भा. चेतनदास, बी. ए.,

हेडमास्टर गवर्नमेन्ट हाई स्कूल, मथुरा ।

कुछ प्राप्त प्रशंसापत्रों का सार ।

भी. काशीनाथ शास्त्री विद्यानिधि हरिद्वार से लिखते हैं:—

“मैंने ज्योतिष प्रवेशिका आद्योपान्त देखी । वस्तुतः आपका कार्य प्रशंसनीय है जिसके लिये ज्योतिष प्रेमी धन्यवाद दिए बिना नहीं रह सकते ।”

श्री पं. लक्ष्मीनारायण दीनदयाल अवस्थी सारंगपुर:—

This is a best book on the subject.

श्री पं. श्रीरामदासपेई स्काउट कमिश्नर, रुंधा सन्निहितकार लिख, प्रयाग:

From the first few pages which I have been able to go through so far I consider your work very admirable which will bring the elementary knowledge of Astronomy within grasp of persons with limited knowledge like myself

श्री. पं. रामचन्द्र शर्मा बी. ए. संयुक्त प्रदेश सेवा समिति.

स्काउट कमिश्नर, देहली:—

I think it will help a good deal in imparting to Scouts an elementary knowledge of Astronomy. We badly needed a book on the subject in Hindi. Really you deserve the indebtedness of the Hindi-knowing public

हितैशी (मासिक पत्र) श्री सम्प्रति:—

“ यह छोटी सी पुस्तक विद्वत्ता के साथ लिखी गई है और प्रत्येक विषय भले प्रकार समझाया गया है । विद्वान् और हिन्दी के प्रेमी लेखक द्वारा ऐसी पुस्तक का लिखा जाना वास्तव में हिन्दी भाषा का गौरव है । पुस्तक संग्रहणीय है ”

जैनसमाज के सर्वोपेष्ट साप्ताहिक ‘ जैनमित्र ’ की सम्प्रति:—

“ ४-५ वर्ष परिश्रम पूर्वक मनन कर यह पुस्तक इसलिए रची गई है कि हिन्दी जानने वालों को बड़ी सुगमता से ज्योतिष का ज्ञान हो जावे । हर एक विद्यालय में पुस्तक का पढ़न पाठन होना चाहिये । ”

मिलने का पता:—

हिन्दी साहित्य भण्डार मन्हीपुर, पो. जि० सहारनपुर ।

